

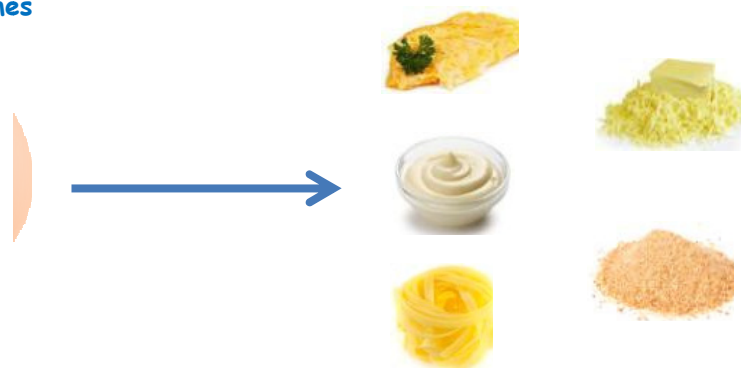
## AL·LÈRGIA A L'OU

### • Què és?

La al·lèrgia al ou es una reacció adversa en relació a la ingesta de ou. Es presenta quan l'organisme produeix un anticòs, la IgE (immunoglobulina E) dirigida contra una substància que actua com al·lergen, en aquest cas les proteïnes de l'ou, tant de la clara, com del rovell.

La persona afectada pot experimentar reaccions cutànies seguits de símptomes gastrointestinals aguts i respiratoris (asma) i casos més greus hipotensió, col·lapse vascular i disrritmies cardíques, podent cursar en xoc anafilàctic.

### • Imatges o diagrames



### • Abordatge nutricional

La dieta estricta sense ou i els aliments que el contenen és l'únic tractament actual.

Existeix reactivitat creuada entre les proteïnes de la clara i el rovell i entre ous de diferents aus (gallina, ànec, gall dindi, gavina, guatlla).

#### Aliments a evitar:

- Productes de pastisseria o brioxeria en general, pa, pastes
- Cereals del esmorzar, pastes al ou
- Patés, embotits, salsitxes, succedanis del ou
- Caramels, gelats, cremes, flams, gelatines
- Formatges
- Consomé, sopes
- Margarines, salses, cafès cremosos, alguns vins i cervesa



**ATENCIÓ:** l'ou pot estar ocult en altres aliments com element secundari i en petites quantitats no declarades, degut a la seva utilització com emulsionant, abrillantador, clarificador; i fins i tot cal extremar la precaució, ja que es pot donar com contaminant als estris de cuina o al oli on prèviament se hagi cuinat amb ou, a partir de la contaminació creuada en la manipulació d'aliments

La a-livetina o albúmina sèrica està present a plomes, carn y ou de gallina, el que explica la aparició del **síndrome au-ou**, en el que el pacient presenta símptomes de al·lèrgia al inhalar partícules de plomes o menjar ou i carn de gallina

### • Productes alimentaris

Cal prestar especial atenció en els llistats d'ingredients, i nombres dels additius que es troben presents en molts aliments processats.

#### Contenen ou:

Las proteïnes de l'ou han d'aparèixer a las etiquetes dels aliments com: albúmina, coagulant, emulsificant, globulina, lecitina o E-322, livetina, liozima o E-1105, ovoalbúmina, ovoalbúmina, ovomucina, ovomucoide, ovovitellina, vitellina o E-161b (luteïna, pigment groc).

